

## Az ember testi és lelki felépítése

Az ember testből és lélekből áll. Egyedisége és testi-lelki szerkezetének, illetve működésének sajátosságai miatt *személyiségnek* (is) nevezzük. (Az állat nem személyiség!)

### Személyiség

a) **Test:** az emberi test felépítésével részletesen a biológia foglalkozik. Az emberi és állati test között *fontosabb különbségek* vannak:

Pl. az állatokhoz viszonyítva testünk sok vonatkozásban tökéletlenebb

Tökéletlenebb: *gyomrunk* a kérődzőkhöz képest; *szaglásunk* a kutyákéhoz stb. nem vagyunk alkalmasak a levegőben és a vízben hosszabb ideig való élésre stb.

Ugyanakkor sok területen szerkezetünk *tökéletesebb*.

Tökéletesebb: központi idegrendszer fejlettsége; kezünk, tekintetünk, kifejező mimikára képes arcunk, szőrtelenségünk finomsága stb.

A test szerves egységben van az ember többi dimenziójával.

b) **Lélek:** az ember lelki dimenziójának területei: ösztönök, érzelmek, értelem és akarat területe.

### **1. Ösztön**

Az ember ösztöneiről komoly vita folyik: az „ember=öszönlény”???

Az érzés nem csak ösztönös megérzés, hanem információ is, kifejezés is (a különböző érzések különböző arányban).

Különböző érzéseinek vannak:

1. *Készítés érzés:* éhség - nem helyettesíthető mással.
2. *Affektus* (érzelmi jellegű) *ézés:* félelem, szorongás, szégyen, vidámság, szexualitás. Ezek kifejezők, általánosan emberiek, s többé-kevésbé helyettesíthetők.
3. *Orientációs érzések* (igen-nem ézés): pl.: Amikor úgy érzem: ez megfelel, ez lesz az, ez jó, ez tetszik vagy ezek ellenkezője.

### **2. Érzelmek**

Cselekvéseinket mindig valamilyen érzelem kíséri. Az érzelem motivál, színez, aktivizál, tevékenységre készítet. Az érzelmekben az embereknek környezete tárgyaihoz, jelenségeihez, személyeihez való viszonya tükröződik.

Érzelmek közé tartozik: a szerelem, a barátság, az irigység, a bizalom, az áhítat, a harag, a szolidaritás. Azt, amit érzékenységnek érzünk, részben adottság, részben tanult: egyfajta nyitottság, beleérző képesség (empátia).

### **3. Értelmi világ**

Az értelmi tevékenység, a megismerés az *érzékeléssel* illetve *észleléssel* kezdődik.

Érzékelésünk is eltér az állatokétól, mert személyes és válogató, mert érzékelésünk kulturálisan is meghatározott. Szimbolikus jellegű, vagyis többet észlelünk, mint amennyit az érzékszervi észlelés tartalmaz. Erről árulkodik az „érezék” és az „ézés” azonos gyökere is.

### **4. Akarat, motiváció**

Az akarat tevékenységhez, a cselekvéshez szükséges energia a motivációs rendszeren keresztül kapcsolódik be. Az ember hajtóerők (motívumok) nélkül nem képes akarat tevékenységre. Pl.: biológiai hajtóerő (kielégítetlen ösztönök, kíváncsiság, önmegevalósítás stb.)

## 5. A cselekvés

A lelki jelenségek teszik lehetővé, hogy az ember – adott esetben – megfelelően cselekedjen. Az emberi cselekvések ún. pszichológiai mezőben történnek. Ezt az egyidejűleg fennálló személyiségbeli és környezeti tényezők hozzák létre, azaz a viselkedést ténylegesen befolyásoló tények összessége. Ennek részeit az embert körülvevő fizikai környezet és az egyéni belüli tényezők alkotják.

## A személyiség kibontakozása a fejlődés során

*Az ember testi-lelki (szomatikus és pszichikus) szerkezetének milyenségét, személyiségének kialakulását sok tényező befolyásolja. Ezek:*

- Genetikai öröklés
- Méhen belüli történések
- Születéssel kapcsolatos események
- Anya-gyermek kapcsolat
- Családi körülmények
- Óvodai, iskolai nevelés
- Barátok hatása
- Önnevelés

Röviden megfogalmazva, az ember személyisége magában foglalja az örökölt tulajdonságokat, a fajra, nemére és személyiség típusára jellemző vonásokat, azonkívül a környezeti (családi, iskolai, munkahelyi, tágabb környezeti) hatások révén szerzett tulajdonságokat.

A személyiségfejlődés azonban nem azonos önmagában sem az éréssel, sem a tanulással, gyakorlással, neveléssel, hanem a kettő állandó vonatkozásában lévő kölcsönhatásának egysége, következménye.

A fejlődés különböző *fejlődési szakaszokon* keresztül történik:

- 1.) *Csecsemőkor* (0-1 évig) – az alapvető bizalom foka (bízunk a szűkebb környezetben, elsősorban anyjában);
- 2.) *Kisdedkor* (1-3 évig) – már megfelelő függetlenedésre képes szűkebb környezetétől (autonómia foka);
- 3.) *Óvodáskor* (3-6 évig) – játék korában lévő, tud kezdeményezni;
- 4.) *Kisiskoláskor* (6-10 évig) – képes összpontosításra és a kompetenciára;
- 5.) *Prepubertáskor* (10-14 évig)
- 6.) *Pubertás (serdülő) kor* (13-14–17 évig) – jellemző rá a személyes identitás;
- 7.) *Ifjúkor* (a serdülőkor végétől a 21-22. életévig) – képes az intimitásra, belső kapcsolatra;
- 8.) *Felnőttkor* – képes gondoskodni magáról és családjáról, az utódokról;
- 9.) *Idős, illetve öregkor* – képes a harmóniára és az elfogadásra, az adott helyzetbe való belenyugvásra.

**Erikson** szerint a gyermek nem csökevényes felnőtt, hanem a maga szintjén tökéletes ember és lehetőség. Nagyon fontosnak tartja az identitás („én”-azonosság) érzésének kialakulását a serdülőkorban. A serdülőnek időben tisztáznia kell identitását (Ki vagyok én? Milyen vagyok?)

### ***Érett személyiség főbb vonásai:***

- Kielégítő viszony a realitáshoz (nem ijed meg az új helyzettől)
- Elfogadják önmagukat és másokat
- Élvezni tudják az életet
- Feladatközpontúság
- Távolságtartás (magánélet)
- Szociális érzület
- Képes bensőséges, személyes kapcsolatokra
- Erkölcsileg szilárd
- Humorérzék
- Felelősségtudat.

## **A személyiség főbb jellemzői**

*Személyiségnek az egyén testi és lelki tulajdonságainak összességét, egységét és sajátosságait értjük.*

***Pszichológiai személyiség fogalma:*** a személyiség az egyedi ember testi és lelki tulajdonságok folyamatainak dinamikus egysége, mely az egyén és a társadalmi környezet kölcsönhatásában alakul, fejlődik ki és meghatározza az ember jellegzetes viselkedését, gondolkodását.

***A személyiség alapvető kritériuma*** az éntudat, amely lehetővé teszi, hogy az egyén elhatárolja magát a környezettől, illetve megkülönböztesse magát minden más személyiségtől.

- a) Az emberi személyiség egyedi példány
- b) Központja az én, mely „énkép”-ben én-tudatban jelentkezik
- c) A személyiség fontos, meghatározó összetevője az egyén temperamentuma és jelleme.
- d) Énünket, személyiségünket más emberek, a környezetünk viszonyában éljük át, más emberek visszajelzéseiben, a velük való kapcsolatokban.

### ***„Egyedi példány” értelmezése:***

- Az emberi személyiség egyedi. (nincs két embernek egyforma ujjlenyomata)
- **„énkép”:** A személyiség magja, amely vezérli élettervünk felállítását, lehetőségünk kibontakozását és befolyásolja igény szintünket. Személyiségünk központja tehát énünk.

Az én-képpel kapcsolatos a LELKIISMERET, mely az én-kép regulációs törekvésének fogható fel.

***Lelkiismeret-furdalás:*** amelyet az énkép és a tényleges viselkedés közti eltérés okozta feszültség hoz létre.

- A személy milyenségét alapvetően befolyásolja *temperamentuma és jelleme*.  
*Temperamentum:* velünk született alkati alap.  
*Jellem:* (vagy karakter) a személyiség alapvető, állandó tulajdonságait jelenti.
- Saját személyiségünk legjobban, a környezetünkben élők rólunk alkotott véleménye alapján ismerhető meg.